



<b>1. APRESENTAÇÃO</b>		
<b>1.1. TÍTULO DO PROJETO</b> Treinamento Esportivo Universitário		
<b>1.2. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE PROPONENTE</b> Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – Campus do Pantanal UFMS/CPAN		
<b>1.3. Coordenação do Projeto:</b> Dados do/a professor/a responsável:		
Nome completo: Micheli Verginia Ghiggi		
Email: <a href="mailto:michelighiggi@gmail.com">michelighiggi@gmail.com</a>		
Endereço: Av. Rio Branco, 1270		
Complemento: bairro universitário Município: Corumbá		
DDD (telefone): (67) 32346855 DDD (celular): (67) 999229770		
<b>2. DESCRIÇÃO DO PLANO DE AÇÃO</b>		
<b>2.1. Justificativa</b> O esporte de rendimento é uma das possibilidades de inserção social dos jovens, além de agregar valores importantes ao processo de socialização dos indivíduos. Muitos jovens entram nos cursos de ensino superior e acabam deixando de praticar o esporte de alto rendimento, que tem como objetivo a performance, os melhores resultados e a vitória em competições, trazendo visibilidade ao estudante-atleta e a instituição que ele representa.		
<b>2.2. Objetivos: Geral e Específicos</b>  Geral: Fomentar/impulsionar o esporte de rendimento universitário.  Específicos: Possibilitar a inserção e permanência de alunos de graduação no esporte de alto rendimento; Possibilitar que alunos de ensino médio possam se inserir no esporte de rendimento universitário, tão logo acessem o ensino superior; Dar visibilidade a UFMS e IFMS nas competições de alto rendimento esportivo.		
<b>2.3. Ações: Atividades Sistemáticas e Projetos Especiais</b>		
<b>2.3.1 ATIVIDADES SISTEMÁTICAS</b>		
<b>Ações</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Resultados esperados</b>
<i>Aprimorar o gesto técnico dos fundamentos de cada modalidade</i>	<i>Treinamento dos fundamentos.</i>	<i>Tempo de bola, agilidade, velocidade, reflexo.</i>
<i>Trabalhar os sistemas de jogo</i>	<i>Desenvolver pré-desportivos, mini-jogos e jogos adaptados.</i>	<i>Utilidade de cada sistema dependendo do objetivo e dos jogadores que a equipe possui.</i>
<i>Desenvolver o condicionamento físico</i>	<i>Corridas, treinamento aeróbico; cardiorrespiratório e treinamento de força anaeróbico.</i>	<i>Força, resistência.</i>



## 2.4. Metas

### 2.4.1 Atividades Sistematizadas

Objetivo geral	Ações	Metas
Fomentar/impulsionar o esporte de rendimento universitário	Ação 1.	A. <i>Selecionar e montar as equipes</i>
	Ação 2.	B. <i>Realizar treinamentos semanais e mensais.</i>
	Ação 3.	C. <i>Disputar competições</i>

#### 2.4.2.1.1 IES proponente

Objetivos específicos	Ações	Metas
Possibilitar a inserção e permanência de alunos de graduação no esporte de alto rendimento;  Possibilitar que alunos de ensino médio possam se inserir no esporte de rendimento universitário, tão logo acessem o ensino superior;  Dar visibilidade a UFMS e IFMS nas competições de alto rendimento esportivo.	Ação 5.	<i>Incentivar o fortalecimento das equipes enquanto grupos de atletas com objetivos comuns. Inserir alunos do Instituto Federal nos treinamentos mensais. Realizar amistosos com o IFMS Participar de competições.</i>
	Ação 6.	
	Ação 7.	

## 2.5. Acompanhamento e Avaliação

A avaliação será permanente por meio de conversas com os participantes e diagnósticos das atividades desenvolvidas, bem como por meio de relatórios mensais.

## 2.7. Equipe Executora

2 Professores: Micheli Verginia Ghiggi e Guilherme Alves Grubert  
2 acadêmicos bolsistas: João Antônio Batista de Figueiredo e Arnaldo Assis de Almeida.  
2 bolsistas atleta: Thiago Duarte e Danielle Keller

## 2.8. Instituições parceiras

Instituto Federal de Mato Grosso do Sul (IFMS).



## 2.9. Cronograma de Execução

### 2.9.1 Atividades sistemáticas

Ações	ANO											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>Estudo sobre a temática</b>						x	x	x	x	x	x	x
<b>Atividades Práticas das diferentes modalidades e atividades do projeto</b>						x	x	x	x	x	x	x

### 2.13. Referências bibliográficas

BOURDIEU, Pierre. Como é possível ser esportivo? In: BOURDIEU, Pierre. Questões de sociologia. Rio de Janeiro: Brasiliense, p.136-153, 1983.

CAVALCANTI, Katia Brandão. Esporte para todos: um discurso ideológico. São Paulo: Ibrasa, 1984. 116 p.

RUBIO, K. O imaginário da derrota no esporte contemporâneo. Psicol. Soc. [online]. 2006, vol.18, n.1, pp. 86-91. ISSN 1807-0310. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-71822006000100012>.

VICTORA, Ceres Gomes. Pesquisa qualitativa em saúde: uma introdução ao tema. Porto Alegre: Tomo Editorial, 2000. 133 p.